

学校法人 北里研究所 北里大学東洋医学総合研究所だより



平成 28 年 10 月号 (第 40 巻第 4 号・通巻第 164 号)



右絵は岩崎灌園『本草図譜』に描かれたビワ

枇杷 (ビワ)

バラ科ビワは中国原産の常緑高木で、果樹として広く栽培される。高さ3〜5mで、11〜12月枝先に多数の花を付け、翌6月には黄橙色の熟した果実が房状に付く。ビワの葉形

が楽器の琵琶に似ていることにその名が由来。漢方では葉を「枇杷葉」と称し、咳・痰・鼻血、嘔吐、食中毒や下痢などに用いる。辛夷清肺湯などに配合される。(坂田 幸治)

たかが肩こり、されど肩こり

漢方鍼灸治療センター副センター長
鍼灸診療部部长・漢方診療部部长

伊藤 剛



多くの日本人が悩んでいる肩こり。平成25年の厚生労働省国民生活基礎調査によると肩こりは、日本人の

などを使用し、長時間のうつむき姿勢による肩こりが増えているのです。

愁訴の中で男性では腰痛に次いで二番目(31%)、女性では一番目(69%)と男性の2倍の頻度です。東洋医学総合研究所の鍼灸外来でも、女性のもっとも多い受診理由が肩こりです。

そもそも「凝る」とは「固まる」の意味ですが、日本独特の概念で西洋諸国にはありません。通常、こる部位は首、背中、腰、尻など主に体の背中側です。実は、「肩こり」の部位も解剖学的には肩そのものではなく、後頸部や肩甲上部などの頸や背中の一部であって、実際にこるのは

女性に肩こりが多い理由は、一般的に男性より筋力量が少なく首が細くなどで、頭を支える筋力が弱いなどの体型的な要因に加え、女性ホルモンにより韧带が緩みやすく、月経痛や冷えを伴いやすいなど、女性特有の要因があると考えられています。しかし最近では老若男女を問わず、ノートパソコン、携帯型ゲーム機、スマートフォン

頭・頸の板状筋と半棘筋、肩甲挙筋、菱形筋、僧帽筋など重い頭や腕を支えている筋肉なのです。

精神的な緊張を伴い筋肉を酷使すると、交感神経を刺激し筋肉内の血流は低下し、筋線維が壊れ筋肉が強ばり発痛物質も出て不快な鈍痛が出ます。これがこりです。そのため緊張しやす

い性格や几帳面な性格の人は肩こりを起こしやすいのです。

また肩こりは天候にも左右されます。寒冷や高気圧は交感神経を刺激し肩こりを起こしやすくなります。衣服も厚くなり始める11月は一年で最も平均気圧が高いため、肩こりが起きやすい時期といえるでしょう。

漢方医学から診れば、こうした肩こりは「未病」の一つと言えますが、病気の一症状として出ることもあります。例えば風邪の初期症状としての肩こりは、漢方では、昔から首筋から背中へかけて強ばる「項背強」、側頸部から後頭部が強ばる「頸項強」などの所見として葛根湯や桂枝湯などの漢方薬を使用する証でもあるのです。

それ以外にも、慢性腓

炎、高血圧、肺がんなど病気の一症状として肩こりが現れる場合もあるので注意が必要です。

さらに、こうしたこりによる不快感は頭に蓄積され

第67回 日本東洋医学会

學術総会の報告



EBMセンター 関根 麻理子

て疲労感を生み出し、原因不明とされる頭痛、歯痛、不眠、全身倦怠感、気力減退、集中力低下などの症状に關与する場合もあるのです。たかが肩こりだからと言って決して侮れません。

実はこうした肩こりの治療は、西洋医学より漢方医学が得意とする領域です。個々の体質や証に合わせて、葛根湯、桂枝加葛根湯、柴胡桂枝湯、治肩背拘急方など様々な漢方薬を用い、鍼灸では天柱、肩井、天膠、曲池など首、肩、背中、腕などのツボを使い根本的な治療ができるのです。

ストレスが多い現代社会において、体質や性格、生活習慣の中にある肩こりの原因をしっかりと見極め、改善しなければ肩こりは根本的に治りません。運動不足もこりを増強するのでウォーキングやジョギング、体操、ストレッチも有効です。しかし改善しにくい肩こりの治療には、漢方薬や鍼灸の治療がきつとお役に立つと思います。

2016年6月3日から3日間、香川県高松市で日本東洋医学会學術総会が開催されました。メインテーマは、「パラダイムの継承とその未来―多様な漢方に橋をかける―」でした。会

頭の医療法人東洋病院理事長・徳島大学医学部の清水寛臨床教授は、これまで受け継がれてきた日本における東洋医学のパラダイムを振り返り、様々な視点から東洋医学を考え直す機会となるようなプログラムを準備されました。

四国は、当研究所の大塚敬節初代所長の出身地でもあり、直弟子である松田邦夫医師から「大塚敬節先生に学ぶ」と題した講演がありました。松田医師は大塚初代所長が診療をする姿から、医師の患者に対する愛情がとくに大切であることを学び、「医療と学問は車

の両輪、どちらに傾いても車は道はずして曲がる」と教えられたそうです。また伝統医学臨床シンポジウムの中で「矢数道明・大塚敬節の再構築した東洋医学パラダイム」と題し、当研究所の矢数道明二代目所長の令孫・矢数芳英医師の講演もありました。

当研究所からは「裏寒の病態解明―自律神経バランスにおける特徴―」（伊藤剛）、「生薬の栽培と化学的品質に基づいたプロファイリングに関する研究」（及川哲郎）、「茯苓桂枝甘草大棗湯が奏効した胃・食道痙攣の一症例」（鈴木邦彦）、「積山遺言」の研究」（星野卓之）、「茯苓沢瀉湯が有効であった不登校の2例」（堀田広満）、「漢方薬長期服用者で右下腹部痛を契機に腸間膜静脈硬化症と診断された1例」（森裕紀

子）、「漢方薬服用効果判定のための評価スケールの検討」（石毛達也）、「アトピー性皮膚炎に断痢湯が有効であった1例」（青木ゆかり）、「ポリオ後症候群に鍼灸治療が有効だった1例」（伊東秀憲）、「三叉神経第3枝領域に生じた帯状疱疹後神経痛に翳風穴への鍼灸治療が有効であった1症例」（小瀨志帆）、「八木下勝之助の鍼灸治療」（周防一平）、「漢方オーダーリングシステムにおけるチェック機能の構築とその必要性」（第2報）（坂田幸治）と多くの演題があり、どれも有意義な発表となりました。また、当研究所が取り組んでいる「漢方診療標準化プロジェクト」に關し、「漢方の臨床研究実施に向けて克服すべき課題の検討」（小田口浩）、「漢方医学的診断に基づいた舌色分類の定量化の試み」（川鍋伊晃）、「漢方医学的所見の判断基準の確定」（若杉安希乃）、「標準化基本33処方

の構成生薬量の検討」（筆者）を報告しました。本プロジェクトは、先人から受け継いだ知識や自身の経験から構成される暗黙知の部分について、伝統医学の本質を損なわない範囲で見える化、することを目的としており、将来的には未病の段階で心身のバランスの崩れを検知する健康チェックシステムに應用される予定です。

また、学会では初めての試みとなる国際伝統医学ライブに、演者として当研究所長の小田口浩が参加しました。ドイツで中医学を研究され、積極的に臨床応用されている中醫師・Carl Henpenと福島県立医科大学の三瀧忠道教授と小田口所長の普段では見ることができない診察風景が会場に中継され、会場内は大変盛り上がりました。日本の漢方医と中醫師、また漢方医同士の診察方法の相違がわかり、活発な意見交換もなされて貴重な交流会となりました。

また、学会では初めての試みとなる国際伝統医学ライブに、演者として当研究所長の小田口浩が参加しました。ドイツで中医学を研究され、積極的に臨床応用されている中醫師・Carl Henpenと福島県立医科大学の三瀧忠道教授と小田口所長の普段では見ることができない診察風景が会場に中継され、会場内は大変盛り上がりました。日本の漢方医と中醫師、また漢方医同士の診察方法の相違がわかり、活発な意見交換もなされて貴重な交流会となりました。

第65回全日本鍼灸学会

学術大会開催

鍼灸診療部 伊藤雄一



第65回全日本鍼灸学会学術大会

年に1度のおよそこの祭りが行われ、たいへんな熱狂でにぎわう札幌で、平成28年6月10日から3日間にわたり、第65回全日本鍼灸学会学術大会北海道大会が開催されました。

本学会では「これからの日本の医療を担う鍼灸・鍼灸治療と医療連携」というテーマが掲げられ、実際にその効果が証明されてきているにもかかわらず、鍼灸治療が、西洋医学中心の現代の日本で、まだまだ「一般の医療として普及しにくい」といった問題や、そういった状況の中でどうやって西洋医学と連携していくべきか、チーム医療の中でどういう役割を担うべきかなど、様々な内容についての講演・シンポジウムが行われました。さらに各専門分野に分かれ、難治性疾患などの症例からスポーツ鍼灸、美容鍼灸、鍼灸のメカニズムに関する研究、鍼灸の古典文献に関する研究など、幅広い視点からの発表が行われました。当研究所からは「脊柱湾曲に対する鍼灸治療で改善した難治性歩行時痛の一症例」(伊藤剛鍼灸診療部長、「四花六穴と騎竹馬穴の古典医書の記述について」(石原武)、「機能性ディスプレイによる心窩部痛に鍼灸治療が効いた一症例」(井田剛人)、「疼痛管理が困難であった肋軟骨炎の一

症例」(黒岩奈々子)、「舌根部の激痛に対して鍼灸治療が有効であった一症例」(霜降壮)、「脳梗塞に伴う遷延性頭痛に対し陰穴・陽穴で効果がみられた一症例」(近藤亜沙)、「至陽、靈台への施灸に

より頸椎症の付随症状が改善した一症例」(伊藤雄一)と7演題を発表し、それぞれ活発な議論がなされ、有意義な学会となりました。来年は東京で開催されます。

第38回東洋医学セミナー

開催

漢方診療部・医史学研究部

星野卓之



第38回東洋医学セミナー

さる7月25日からの5日間、「第38回医学生・臨床医のための東洋医学セミナー」が医師・薬剤師・医学生・薬学生を対象に開かれました。所内の漢方・鍼灸・薬局実習、さらに東京都薬用植物園での講義・見学実習があり、座学だけでなく体験もできるセミナー

となっております。今年も2名の韓方医(韓国の伝統医)も含めた24名の参加がありました。特別講演は『漢方学舎白熱教室』の著書で知られる大野修嗣先生の「漢方ストラテジー」心に残る漢方に助けられた症例」で、先生には閉講式でも「自分が一番楽しいのは漢方外来で話を聞いているとき」と情熱的に語って頂き、参加者はみな奮発させられました。充実した講義内容に加え、所員が手作りで行う運営も好評で、思い出深い1週間となりました。8月6・7日に開催された



第11回古典講座

「第11回鍼灸学校教員のための古典講座」では漢方理論・診断・治療・教育・養生についての8講演があり、全国から約60名の鍼灸学校教員・教員養成科生が参加しました。

京都大学人文科学研究所 武田時昌教授は「復古と革新」医道の超変革」と題して鍼灸界が抱える様々な問題点について重要な視座を熱く語られました。医史学研究部からは、猪飼祥夫氏「古典の多壮灸の背景と実際」艾しゆの大きさ灸箸から考える、「真柳誠氏」中国古代の美食と医療、「長野仁氏」超訳東医概論「色体経象学」、鈴木達彦氏「日本漢方黎明期の薬物理論について」田代三喜と曲直瀬道三、「小林健二氏」千金方鍼灸類聚」千金方の鍼灸

「宮川浩也氏『素問』
 挙痛論篇の九氣を脈診す
 る」、加畑聡子氏「江戸時代
 の経穴学教材」と幅広い内
 容の講演がありました。

全国から鍼灸学校関係者
 が集まり情報交換も行う本
 講座を通じて、今後も鍼灸
 教育の発展に貢献していき
 たいと考えています。

The 5th Joint Symposium - WHO CCs for Traditional Medicine in Japan & Korea

鍼灸診療部

小 濱 志 帆



2016年5月20日、韓
 国大田(デジョン)広域市
 の韓国国立韓医学研究所
 (Korea Institute of
 Oriental Medicine, KIOM)
 において、The 5th Joint
 Symposium - WHO CCs for
 Traditional Medicine in
 Japan & Korea が開催され
 ました。

このシンポジウムは、韓
 国と日本のWHO伝統医



学協力センター(韓国国立

韓医学研究所、慶熙大学校、
 ソウル大学校、北里大学東
 洋医学総合研究所、富山大
 学)が集い、伝統医学につ
 いての情報交換を通して西
 太平洋地区における伝統医
 学の発展と継承を牽引して
 いく協力関係を築くことを
 目的にしています。5回目
 を迎えた今回は、テーマを

Integration and Modernization
 of Traditional Medicine (伝統
 医学の統合と近代化)とし
 活発な意見交換が行われま
 した。

当研究所からは、関根が
 『Our Challenge to Prevent
 the Side Effects of Kambo
 Medicine』と題し、当研
 究所における漢方薬の副作

用への取り組みについて報
 告し、小濱は当研究所にお
 いて継承され、現在におい
 ても当治療センターで行わ
 れ、鍼灸治療の根幹に据え
 られている北里方式経絡治
 療について『An Acupuncture
 and Moxibustion Treatment
 with Kiyasato style of Meridian
 Therapy』と題し臨床報告
 を交えて紹介を行いました。
 北里方式経絡治療に興味
 を持つていただくことができ
 ました。また、韓医学との違
 いや類似点など多く意見を
 頂くことができました。そ
 の他、韓国におけるリハビ



リテーションへの鍼灸治療の
 応用の試みや腰痛に対する鍼
 灸治療効果の再検討に関する
 報告をはじめ、韓国での診療
 ガイドラインにおける韓医学
 の状況についてなど研究から
 臨床、経済的側面を含め多岐
 にわたる情報交換が行われ大
 変有意義な時間を過ごすこと
 ことができました。

伝統医学は文化の中で育
 まれており、各国の土壤に

What I learned in Japan
 ~ 私が日本で学んだこと ~
 フランス人留学生
 Mickael Gegout

Bonjour a tous (みなさん、こんにちは)。C'est avec beaucoup de plaisir et de nostalgie que je vous rédige cette article depuis la petite ville de Béziers en France (私は今ベジエというフランスの小さな田舎町である故郷から日本を懐かしみ、喜びをもってこの手紙を書いています)。

この夏私は6月から8月の約2ヶ月間、北里大学東洋医学総合研究所(東医

適した変化を遂げていま
 す。各国の政策や取り巻く
 国際環境によってなかなか
 理解の進まない点もあるこ
 とも多いのですが、それら
 の違いを互いに受け入れ、
 さらに現代医学との共存
 も含め、より大きく発展、
 そして継承していくため
 も継続した協力関係を構築
 するよう日々努めたいと考
 えております。

研)でインターンシップを
 行う機会を頂きました。事
 の発端は今年の2月まで遡
 ります。私はフランスの大
 学の薬学部(3年生です
 が、進級するためには研究
 活動の業績が必要になりま
 す。そこで私は以前から興
 味があったKampo medicine
 の研究のメッカである東医
 研で研究したいと思うよう
 になりました。日本に来た
 のは初めてで、フランスか
 ら約10000キロ離れた



右から2番目が筆者

model of mouse) を纏める
ことができました。

また、このインターン
シップ期間では研究だけで
なく、多くの日本の文化に
触れ、多くの発見がありま
した。日本の焼き鳥や刺身
の美味しさにびっくりした
こと、浴衣は軽くてとても
快適であること（フランス
でも着ています）、コンピ
ニは24時間オープンでとて
も便利なこと、電車は時刻
通りであること、日本の遊
園地や居酒屋、カラオケ、
夏祭りなどはとても楽しい
ことなど、とても言い尽く
せません。このような日本
での多くの経験から、私は
様々な価値観や考え方を得
ることができたとともに、
この経験は私自身を大きく
成長させてくれた大切な財
産になりました。
最後になりますが、温か
く迎え入れて下さいました
東医研スタッフの皆様には
大変感謝しております。い
つかまた日本に行きたいの
で、その時にまた会いま
しょう！

鍼灸外来担当ご挨拶

鍼灸レジデント 近藤 亜沙



昨年より鍼灸レジデント

として勤務し、10月から火
曜午後に鍼灸外来を担当す
ることになりました近藤亜
沙です。私は小学1年から
大学までサッカーをやっ
ており、その中で自分の身体
と向き合ってきました。膝
の靭帯を2度断裂するな
ど、手術後にも思うように身
体が動かないもどかしさや
苦しさを経験しました。大
学ではスポーツシステム工
学を専攻し、身体を効率よ
く動かすための技術や器具
の研究、スポーツ心理など
を学びました。こういう経
緯があり、スポーツだけが
をした人を何らかの形でサ
ポートしたいという思いが
ありました。しかし、一番



大切な事はけがをしないこ
とです。そのために何がで
きるか考えた末、日々の体
調管理を行い、ちよつとし
た身体の変化に気づくこと
のできる鍼灸に興味を持ち

この道を選びました。鍼灸
は直接手で触れ身体の異常
を感じます。術後の痛みが
辛かった時に、薬より手で
さすってもらい痛みが楽に
なった経験をしてから、人
の手の持つ力を感じていま
す。人に優しい医学に携わ
れることに感謝し、謙虚な
気持ちで診療に当たりたい
と思います。

漢方豆知識

藤 豆

薬剤部 須藤 岳 大



藤豆には地域によってさ
まざまな呼称があり、加賀
では「蔓豆つるまめ」ですが、伊
勢・伊賀では「千石豆せんごくまめ」、
岐阜・愛知では「万石豆まんごくまめ」、
関西では「隠元豆いんげんまめ」、九州
では「南京豆なんきんまめ」などと呼ば
れています。他に眉兎豆、
蛾眉豆、扁豆、菜豆、八升
豆、とう豆、源氏豆、味豆
など、数多くの別名があり
ます。

「藤豆」とは、花がフジ
の花と似ているためにフジ
マメといわれ、「千石豆」
とは、豆のサヤが千石船に
似ているところから。
また、一本の木からたく
さん採れ、豊産を意味する
名称として「千石豆」や
「万石豆」の呼称がうまれ
たようです。

藤豆はマメ科のつる性一
年草で、原産地は熱帯アジ
アと言われ、インド、東南
アジア、中国などで広く栽
培されています。

中国、南北朝時代の古医



は、解毒剤や疲労回復薬、食欲不振、下痢、胃腸炎や利尿作用、鎮静催眠を目的に使用するそうです。

白扁豆は、漢方処方では、**參苓白朮散**に配合されていて、慢性の胃腸虚弱による食欲不振、下痢、胃部不快感などに用いられます。また酒毒や薬物の毒に對する解毒作用もあり、「越後の毒消し」で知られ、食中毒や腹痛に用いられる**毒消丸**にも配合されています。

時代の『食療本草』より、フジマメは、五臓の不足した栄養を補い、嘔吐や吐き気を止め、良く食べると髪の毛が白くならないとされています。また、宋時代の『本草図経』よりフジマメは、内臓の乱れた機能を回復させ、女性のおりものなどの症状を治し、アルコール中毒、フグの毒を解消すると言われています。

漢方では、藤豆の白色種子を**白扁豆**、花は**扁豆花**、種皮を**扁豆衣**として、薬用にされます。効果として

藤豆は、特定の土壤細菌との共生関係を持つことで、肥料がほとんどいらないのでやせた土地でも育つことが出来ます。さらに、植えておくと土壌がどんどん良くなり、とうもろこしなどの間作として海外ではとても有望視されています。世界的な視点では食糧問題を解決する植物としての注目もあります。

寝て目が覚めたら、首が痛くて動かせない…寝違えは、誰もが経験あると思います。痛みが長引くこともあります。寝違えは、首の筋肉の過緊張が原因で起こる首の捻挫で、ずっと同じ姿勢でいたり、前日の睡眠中に不自然な体勢で眠っていたことが原因です。また、首を冷やしたり肩や首がこっていたりすると寝違えが起こりやすくなります。早く治そうとして、首の筋肉を強くもんだり、無理やり首を回したりする刺



ツボの効用

落沈（らくちん）穴について

鍼灸診療部

黒岩 奈々子



激のしすぎはかえって症状を悪化させます。寝違えた時は、首は動かさずに安静にしましょう。といってもずっと寝ている訳にもいきませんよね。今回は寝違え、首の痛みの即効ツボである**落沈（らくちん）**を紹介します。

落沈穴は、奇穴という古代中国より即効性のある施術点として知られていて、十四経脈には属していないツボです。その有効性は経験的に証明されており、特徴はある疾患に対して治効があり独特のツボの取り方があるなどその数は〇〇以上あると言われていました。この落沈穴の見つけ方は、人指し指と中指の間を手首に向かっていたどり、2本の骨が接しているV字のところにある、くぼみの中の圧痛点を探します。寝違

えてしまったら、まずしっかりと数回押ししてみよう。刺激方法として親指・棒などを使い、押し方は皮膚に対して垂直に押しすとより効果的です。

さて落沈とは、読んで字のとおり枕から落ちて首を捻った痛み、つまり「寝違え」という意味で、古来より寝違えによく効くツボとして伝えられてきました。寝違えにならないためには、枕や寝具は自分に合っているものを選びましょう。簡単に枕の高さを調整できる方法があります。それはバスタオルを使った枕です。やり方はバスタオルを半分折り、さらにもう半分折ります。そしてさらに3つ折りに畳んで折り使用します。自分にあてない枕を使用すると、首から肩にかけての筋肉の緊張状態が続く肩こり首こりの原因となります。バスタオルであれば、自由に高さを調整できるので、ぜひ試してみてください。

古医書のはなし

香月牛山とその著述

北里大学客員教授 小曾戸 洋



香月牛山(1656~1740)は江戸時代中期の人で、中国の金元医学を継承したいわゆる後世方派の学統にある医家です。

牛山の名は則真、字は啓益、牛山は号。筑前香月(現北九州市八幡西区)の人。少年時から貝原益軒に学問を受け、また鶴原玄益に医を学び、医を業とし、壮年になって豊前中津藩に仕えました。難病の患者を次々に治して名声を博し、諸国より診療の要請が来ることも少なくなかったとい

います。中津藩に出仕すること14年、牛山は病氣と称して暇をとり、京に上りました(1699年)。京都では、伊藤仁斎らの大学者や、多くの高僧や名士らと交流。また、常に百人以上の門人が集っていました。61歳で

小倉に移り、職は甥に譲り、自分は客人としての養老給受を受けました。75歳に至り、老を覚悟。世間からの引退を宣言し、財産を処分し、墓地を香月の吉祥寺に定め、棺を作り、同僚の儒者・土屋藍州に碑文を依頼し、位牌にそれを刻ませました。この位牌はいまも伝わっています。

隠居してのち10年、元文5年(1740)3月16日没。享年85。小倉城東の円応寺(堺町、のち清水〔現



『牛山方考』

小倉北区)に移転)に葬られました。牛山およびその子孫の墓はいまも円応寺墓地の一等地に現存しています。また前述の吉祥寺(北九州市八幡西区)境内にも牛山の寿塔と墓石が存在します。

『牛山活套』3巻(1699自序・1779刊)は和文で書かれ、病症別に類別して治法を列挙した平易で実用的な治療医学書。その治法は当時盛行した『万病回春』を基本とします。

『牛山方考』3巻(1699自序・1782刊)は後世方処方の運用書。全3巻。『牛山活套』と対をなす書です。『活套』が病症別に治方を説いたのに対し、本書は方剂別に分類し、その運用法の秘訣を和文でわかりやすく解説したもの。金元四大家の医書や『和剂局方』などの処方を中心で、ほかに明に至る歴代医書の処方とり入れられています。

牛山にはこのほか、『婦人寿草』、『小児必用養育

草』、『医学鉤玄』、『卷懐食鏡』、『老人必用養草』、『薬籠本草』ほか多数の著書があり、その学識の深さと、領域の広さが知られます。

北里大学近辺の

おすすめランチ

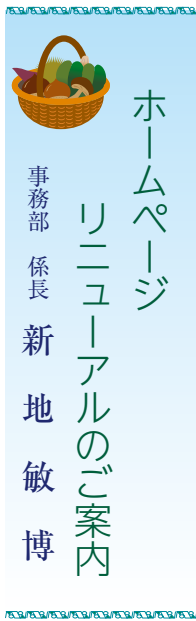
事務部 係長 新地 敏博



平成28年4月号で北里大学敷地内のレストラン・売店についてご紹介させていただきましたが、今回は敷地外にあるお食事処のおすすめランチについてご紹介したいと思います。

白金という土地柄、高級なお店のイメージがあるかと思いますが、実は北里大学近辺には、洋食から和食、中華までリーズナブルでおいしいお店がたくさんあります。まず、私がお勧めするのは、正門を出た右斜め前にある和食の「嵯峨」です。店内は10席のL字カウンターと4人掛けのテーブルが1卓のみで、こぢんまりとしています。平日ランチタイムは、大変賑わっているお店です。ランチ定食の品揃えは抜群で、肉、魚、天ぷら等、多くの選択肢の中から選べます。ここでの一番のお勧めは魚料理で、特に煮魚です。いつも同じものがあるとは限りませんが、カレイの煮付けは絶品です。学生時代は、こういう店によく来ていたなあと、懐かしく思わせてくれます。最近はこのようにお店が、随分減ってしまいました。次にお勧めするのが、正門を右に出て恵比寿三丁目の交差点手前にある韓国料理の「はな」です。ランチは豆腐チゲやビビンバ等の韓国料理の他に、鶏のから揚げ等の韓国料理以外もあります。どのメニューにも優しい味付けの小鉢が数種類付くので、色々なものを少しずつ食べたいという方にはぴったり

です。お店の雰囲気も落ち着いており、ゆっくりとお食事をお楽しみいただけると思います。ただし、病院から少し離れておりランチは混雑して




平成28年10月より東洋医学総合研究所のホームページ（以下HP）をリニューアルいたしました。今回のHPは白を基調に、アクセントに紺色を用いて、明るいイメージとなっており、医療機関らしく華美な装飾は可能な限り取り除き、すっきり

としたサイトを目指しました。視認性と文字の大きさに配慮し、「診療」を前面に押し出すことにより、患者様にとつての見やすさ、分かりやすさを第一に考えた作りになっています。それ以外にも、従来訪問の多かったコンテナツをトップページに配置するなど、使い勝手の向上を図っています。新HPをご覧いただき、感想や改善の要望等ございましたら、トップページにございますEメールよりご意見をいただけますと幸いです。

・ URL : <http://www.kitasato-u.ac.jp/touken/>

ご用意しておりますので、お時間のあるときにご利用になられてみてはいかがでしょうか。



メディア紹介

- 宝島社「体のツボ大百科」 「医師も認めるツボ押し」の治癒効果」伊藤 剛
- 「文藝春秋」 「夏の冷え」平成28年7月号 伊藤 剛
- 中央公論新社「婦人公論」 「心とからだの養生学」平成28年7月26日 伊藤 剛
- 少年写真新聞社「体と心保健総合大百科」 「冷えに負けない体を作ろう」伊藤 剛
- 毎日放送 「サタデープラス」 「内臓型冷え症」平成28年7月16日（土）伊藤 剛
- テレビ東京 「主治医が見つかる診療所」 「夏の疲労 完全回復SP」平成28年8月22日（月）伊藤 剛

東洋医学総合研究所 外来案内
漢方鍼灸治療センター

休診日：日曜日・祝祭日・年末年始(12/29～1/3)
ホームページ： <http://www.kitasato-u.ac.jp/tou-ken/>

平成28年10月より第4土曜日も診療を開始しました。

代表：03-3444-6161
予約電話：03-5791-6169
(月～金) 8:30～17:00
(土曜日) 8:30～12:30
お薬に関するの問い合わせ：
03-5791-6167

漢方科 (平成28年10月～) 鍼灸科

	月	火	水	木	金	土 ⁵⁾	月	火	水	木	金	土 ⁵⁾
午前	花輪 ^① 星野 堀田 石毛	花輪 鈴木 石毛	花輪 ^② 及川 川鍋 齋藤	花輪 小田口 及川 五野	伊藤 ^剛 及川 鈴木 森	小田口 鈴木 星野 森 川鍋 石毛 堀田 ^{【小児外来】}	伊藤 ^剛 石原 黒岩 小山	柳澤 石原 小濱 小山	石野 石原 井田 黒岩	伊藤 ^剛 石原 小濱 小山	石原 井田 黒岩 小山	伊東 石原 井田 黒岩 小濱 伊藤 ^剛
午後	鈴木 ^{【冷え症外来】} 森 ^{【思春期女性外来】} 川鍋	伊藤 ^剛 鈴木 堀田 川鍋	星野 ^{【鼻炎、はな外来】} 石毛 齋藤	小田口 及川 堀田 五野	伊藤 ^③ 星野 森 堀田		石原 井田 小濱 小山	井田 黒岩 伊藤 ^剛 近藤 小山	石原 小濱 伊藤 ^剛 掛川 霜降	井田 黒岩 伊藤 ^剛 小山	伊藤 ^④ 石原 小濱 伊藤 ^剛	

初診受付時間

漢方科	月～金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00～10:30	8:00～10:30
午後	12:50～15:00	

鍼灸科	月～金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00～10:00	8:00～10:30
午後	12:50～14:30	

再診受付時間


漢方科	月～金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00～11:00	8:00～12:00
午後	12:50～15:30	

鍼灸科	月～金曜日	土曜日(午前のみ)
午前	8:00～11:00	8:00～11:30
午後	12:50～15:30	

漢方ドック

月～金 (完全予約制)
9:00～15:30

漢方と鍼 第164号
発行日/平成28年10月1日
発行人/小田口 浩
編集/北里大学東洋医学総合研究所
漢方と鍼編集部 代表・星野 卓
東京都港区白金5-9-1
(TEL) 03 (3444) 6161



WEBサイト
(制作/株博愛社)

- ※青字は男性医師または男性鍼灸師
赤字は女性医師または女性鍼灸師
※専門外来では一般の患者様の診療も行っています。
- ①：月曜日午前の花輪医師の外来は、初診のみとなります。
 - ②：水曜日午前の花輪医師の外来は、第2水曜日が休診となります。
 - ③：金曜日午後（第1・3）の伊藤（剛）医師の冷え症外来は初診のみとなります。
 - ④：第2・4金曜日のみとなります。
 - ⑤：土曜日の外来は交代制となります。スケジュールはホームページまたは予約電話へお問い合わせ下さい。